





## श्रीहनुमत्प्रोक्त मन्त्रराजात्मक रामस्तव

तिरश्चापि चारुतिसमवाय समेषुपाय। यत सुग्रीवमुख्याना यस्तमुग्रं नमाम्यहम् ॥  
 सङ्गदेव प्रपञ्चाय विशिष्टाभैर्यच्छिष्यम्। विभीषणायाश्चित्ते यस्त वीरं नमाम्यहम् ॥  
 यो महान् पूजितो व्यापी महान् सै करुणामृतम्। स्तुत येन जटायुश्च महाविष्णु नमाम्यहम् ॥  
 तेजसाप्यायिता यस्य ज्वलन्ति ज्वलनादयः। प्रकाशते स्वतन्त्री यस्त प्रबलन्त नमाम्यहम् ॥  
 सर्वतोमुखता येन लीलया दर्शिता रणे। रक्षसां खरमुख्याना तं वन्दे सर्वतोमुखम् ॥  
 नृभाव यः प्रपञ्चानां हिनस्ति च तथा नृपु। सिंह सत्त्वेष्विबोक्तृष्टस्तं नृसिंहं नमाम्यहम् ॥  
 धत्माद्विभ्यति वातार्कज्वलनेन्द्रा समुत्थय। भिय तनोति पापानां भीषण तं नमाम्यहम् ॥  
 परस्य योग्यतापेक्षारहितो नित्यमङ्गलम्। ददात्येव निजौदार्याद् यस्त भद्रं नमाम्यहम् ॥  
 यो मृत्यु निजदासानां नाशयत्परिलेष्टम्। तत्रोदाहृतये व्याघ्रा मृत्युमृत्यु नमाम्यहम् ॥  
 यत्पादपद्मप्रणतो भवत्युत्तमपूरुषः। तमजं सर्वदेवानां नमनीयं नमाम्यहम् ॥  
 अहंभावः समुत्सुन्य दास्येनैव रघूत्तमम्। भजेज्जहं प्रत्यहं रामं ससीतं सहलग्नमयम् ॥  
 नित्यं श्रीरामभक्तस्य किंकरा यमकिंकरा। शिवमय्यो दिशस्तस्य सिद्धयस्तस्य दासिका ॥  
 इमं हनुमता प्रोक्तं मन्त्रराजात्मकं स्तवम्। पठत्यनुदिनं यस्तु स रामे भक्तिमान् भवेत् ॥

अपन मुख्य शत्रु रावणके विनाशके लिये जिन्होंने कपिराज सुग्रीवादि तिर्यक्-योनिमें उत्पन्न वानर-भालुआँकी सेना संगठित की (और सैन्य शिक्षाके द्वारा उन्हें सुप्रबुद्ध कर लंकापर विजय प्राप्त कर ली) उन अति उग्र भगवान् रामको मैं नमस्कार करता हूँ। समुद्र-तटपर आये विभीषणको केवल एक बार 'मैं आपकी शरण हूँ'—ऐसा कहनेपर जिन्होंने लंका आदिके राज्यसहित अपार वैभवको प्रदान किया उन महावीर श्रीरामको मैं प्रणाम करता हूँ। जो सर्वव्यापक हैं सबसे महान् हैं और देवता ऋषि-मुनियोंसे भी पूजित हैं तथा महान् कृपा-सुधाके मूर्तिमान् स्वरूप हैं और उस कृपा-सुधासे जटायुतककर भी जिन्होंने ससितकर मुक्त कर दिया उन महाविष्णुस्वरूप भगवान् रामको मैं प्रणाम करता हूँ। अग्नि चन्द्रमा और सूर्य आदि तेजस्वी ज्योतिष्पुञ्ज जिनके तजसे ही प्रकाशित एवं प्रज्वलित होते हैं और जो स्वयं अपने तेजसे प्रकाशित होते हैं उन प्रज्वलिता तेजोमय भगवान् रामको मैं प्रणाम करता हूँ। रणस्थलमें खर-दुष्ण त्रिशिर आदि राक्षसोंसे युद्ध करते समय जिन्होंने अपनी लीलासे अपना मुखमण्डल सभी ओर दिखलाया (और सबका नाश कर दिया) उन सर्वतोमुख भगवान् रामकी मैं वन्दना करता हूँ। शरणमें आते ही जो मनुष्योंके सामान्य मोहमय मनुष्यभावको नष्टकर उन्हें लोकोत्तर ज्ञान एवं विशिष्ट दिव्य शक्तियोंसे सम्पन्न कर देते हैं और जो सम्पूर्ण विश्वमें सिद्धक समान बली हैं उन नरसिंह भगवान् रामको मैं नमन करता हूँ। जिनसे अग्नि वायु, सूर्य, इन्द्र यम आदि सभी भयभीत रहते हैं और पाप ता उनक भयसे सदा ही दूर भागता है उन भीषण रामको मैं नमस्कार करता हूँ। जो अपने भक्तोंकी किसी योग्यता आदिकी अपेक्षा किये बिना ही अपने उदार-स्वभावके कारण सदा सब कुछ दत्त ही रहते हैं और जो नित्य मङ्गलस्वरूप हैं उन परम भद्र स्वरूप सौजन्यमूर्ति भगवान् रामको मैं प्रणाम करता हूँ। जो अपने भक्तोंके मृत्युका समूलोच्छेदन कर उसकी सारी अभिलाषा पूर्ण कर देते हैं, इस सम्बन्धमें महर्षि वाल्मीकि जो पहल कभी व्याधका काम कर रहे थे परम प्रमाण हैं ऐसे मृत्युके भी मृत्यु भक्तवत्सल भगवान् रामकी मैं प्रणाम करता हूँ। जिनके चरण कमलोंमें प्रणाम करते ही अधन पुरुष भी अति उत्तम पुरुष बन जाता है उन जम्भादि पद्-विकारोंसे मुक्त सभी देवताओंके द्वारा वन्दनीय भगवान् रामकी मैं वन्दना करता हूँ। मैं (हनुमान्) ब्रह्मात्म्य-भासका परित्याग कर दास्यभाव अर्थात् सेव्य-सर्वकर्त्री भावनासे अहर्निश लक्ष्मणसहित श्रीसीतारामकी उपासना करता हूँ। भगवान् श्रीरामके भक्तोंके लिये यमदूत भी सदाके लिये किंकर (सेवक—दास) बन जाते हैं उसके लिये दसों दिशाएँ मङ्गलमयी हो जाती हैं और सभी सिद्धियाँ उसके चरणोंमें लोटती हैं। हनुमान्जीद्वारा प्रोक्त इस मन्त्रराजात्मक स्तोत्रक जो पाठ करता है वह भगवान् श्रीरामका भक्त हो जाता है।

## श्रीरामनाम-महिमा

भगवान् शंकर देवी पार्वतीसे कहते हैं—

रामेति ह्यक्षरजपः सर्वपापानोदकः । गच्छंस्तिष्ठच्छायानो वा मनुजो रामकीर्तनात् ॥  
इह निर्यतितो याति चान्ते हरिगणो भवेत् । रामेति ह्यक्षरो मन्त्रो मन्त्रकोटिशतधिकः ॥  
न रामादधिकं किञ्चित् पठनं जगतीतले । रामनामाश्रया ये वै न तेषां यमयातना ॥  
रामते सर्वभूतेषु स्वावरेषु चरेषु च । अन्तरात्मस्वरूपेण यच्च रामेति कथ्यते ॥  
रामेति मन्त्रराजोऽयं भवत्याधिनिपूदकः । राम रामेति रामेति रामेति समुदाहृतः ॥  
ह्यक्षरो मन्त्रराजोऽयं सर्वकार्यकरो भुवि । देवा अपि प्रणयन्ति रामनाम गुणाकरम् ॥  
तस्मात्त्वमपि देवेशि रामनाम सदा वद । रामनाम जपेद्यो वै मुच्यते सर्वकिल्बिषैः ॥

( स्कन्दपुराण, नागरखण्ड )

‘राम’—इस दो अक्षरोंके मन्त्रका जब हमस्त पापोंका नाश करता है । चलते, बैठते, सोते, ( जब कभी भी ) जो मनुष्य रामनामका कीर्तन करता है, वह यहाँ कृतकार्य होकर जाता है और अन्तमें भगवान् हरिको पार्षद बनता है । राम—यह दो अक्षरोंका मन्त्र शतकोटि मन्त्रोंसे भी अधिक ( प्रभावशाली ) है । रामनामसे वदकर जगत्में जब करनेयोग्य कुछ भी नहीं है । जिन्होंने रामनामका आश्रय लिया है, उनको यमयातना नहीं भोगनी पड़ती । जो ‘राम’—इस नामसे पुकारा जाता है, वह अन्तरात्मस्वरूपसे स्वावर-जङ्गम सभी भूत-प्राणिषोंमें रमण करता है । ‘राम’ यह मन्त्रराज भव-योगका विनाशक है । ‘राम’ ‘राम’ ‘राम’ ‘राम’—इस प्रकार उच्चारण करनेपर यह अक्षर ( अविनाशी ) मन्त्रराज पृथ्वीमें समस्त कार्योंको सफल करता है । गुणोंकी खानि इस रामनामका देवतागण भी भली-भाँति गान करते हैं । अतएव हे देवेश्वर ! हम भी सदा रामनाम कहा करो । जो रामनामका जब करता है, वह सारे पापोंसे ( मोहननित समस्त सूक्ष्म और स्थूल पापोंसे ) बूट जाता है ।

## श्रीरामनामकी महिमा तथा श्रीरामके अष्टोत्तरशत नामका माहात्म्य

पार्वतीजीने कहा—नाथ ! आपने उत्तम वैष्णवधर्मका मज़ीभाँति वर्णन किया । वास्तवमें परमात्मा श्रीविष्णुका स्वरूप गोपनीयसे भी अत्यन्त गोपनीय है । सर्वदेवचन्द्रित मोक्षम् । मैं आपके प्रसादसे घन्य और कृतकृत्य हो गयी । अब मैं भी सनातन देव श्रीहरिका पूजन करूँगी ।

महादेवजी बोले—देवि ! बहुत अच्छा, बहुत अच्छा । तुम सम्पूर्ण इन्द्रियोंके स्वामी भगवान् लक्ष्मीपतिका पूजन अवश्य करो । भद्रे ! मैं तुम-जैसी वैष्णवी पत्नीको पाकर अपनेको कृतकृत्य मानता हूँ ।

वासिष्ठजी कहते हैं—तदनन्तर वायदेवजीके उपदेशानुसार पार्वतीजी प्रतिदिन 'श्रीविष्णुसहस्रनाम'का पाठ करनेके पश्चात् भोजन करने लगीं । एक दिन परम मनोहर कैलासशिखरपर भगवान् श्रीविष्णुकी आराधना करके भगवान् शंकरने पार्वतीदेवीको अपने साथ भोजन करनेके लिये बुलाया । तब पार्वतीदेवीने कहा—धर्मो ! मैं श्रीविष्णु-सहस्रनामका पाठ करनेके पश्चात् भोजन करूँगी, तबतक आप भोजन कर लें । यह सुनकर महादेवजीने हँसते हुए कहा—“पार्वती ! तुम धन्य हो, पुण्यात्मा हो ! क्योंकि भगवान् विष्णुमें तुम्हारी भक्ति है । देवि ! माग्यके बिना श्रीविष्णु-भक्तिका प्राप्त होना बहुत कठिन है । सुमुखि ! मैं तो भाम ! राम ! राम !”—इस प्रकार आप करते हुए परम मनोहर श्रीरामनाममें ही निरन्तर रमण किया करता हूँ । रामनाम सम्पूर्ण सहस्रनामके समान है । पार्वती ! रत्नराशि जितने नाम हैं, उन्हें सुनकर रामनामकी आराधनासे मेरा मन प्रसन्न हो जाता है । अतः महादेवि ! तुम रामनामका उच्चारण करके इस समय मेरे साथ भोजन करो ।”

यह सुनकर पार्वतीजीने रामनामका उच्चारण करके भगवान् शंकरके साथ बैठकर भोजन किया । इसके बाद उन्होंने प्रसन्नचित्त होकर पूछा—“देवस्वर ! आपने रामनामको सम्पूर्ण सहस्रनामके तुल्य बताया है । यह सुनकर रामनाममें मेरी बड़ी भक्ति हो गयी है, अतः भगवान् श्रीरामके यदि और भी नाम हों तो मुझे बताइये ।”

महादेवजी बोले—पार्वती ! सुनो, मैं श्रीरामचन्द्रजीके नामोंका वर्णन करता हूँ । लौकिक और वैदिक जितने भी शब्द हैं, वे सब श्रीरामचन्द्रजीके ही नाम हैं ; किन्तु सहस्रनाम अब सबसे अधिक है और उन सहस्रनामोंमें भी

श्रीरामके एक सौ आठ नामोंकी प्रधानता है । श्रीविष्णुका एक-एक नाम ही सब वेदोंसे अधिक माना गया है । वैसे ही एक हजार नामोंके समान अकेला श्रीरामनाम माना गया है । पार्वती ! जो सम्पूर्ण मन्त्रों और समस्त वेदोंका पाठ करता है, उसकी अपेक्षा कोटिगुना पुण्य केवल रामनामसे उपलब्ध होता है । ॐ श्रुमे ! अब श्रीरामके उन मुख्य नामोंका वर्णन सुनो, जिनका महर्षिदेवि गान किया है—

ॐ श्रीरामो रामचन्द्रश्च रामभद्रश्च शाश्वतः ।  
राजीवलोचनः भीमान् राजेन्द्रो रघुपुंगवः ॥  
जालकीबल्लभो जैत्रो जितामित्रो जगद्गुरुः ।  
विश्वामित्रप्रियो दान्तः शरण्यपाणतत्पराः ॥  
वालिप्रमथनो वाग्मी सत्यवाक् सत्यविक्रमः ।  
सत्यमहो व्रतफलः सदा हनुमदाश्रयः ॥  
कौसल्येयः सख्यंस्तो विराधवधपण्डितः ।  
विभीषणपरिचिता पद्माश्रीचशिरोदरः ॥  
सप्ततालप्रभेत्ता च हरकोटपण्डितः ।  
जामदग्न्यमहादर्पदलनस्ताडकप्रवृत्तः ॥  
वेदान्तपातो वेदात्मा भवदग्धैकमेवजः ।  
दूषणनिशिरोऽरिश्च त्रिमूर्तिस्त्रिगुणस्त्रयी ॥  
त्रिविक्रयस्त्रिलोकात्मा पुण्यचारित्रकीर्तवः ।  
त्रिलोकरक्षको धन्वी वृष्टकारण्यवासकृत् ॥  
महत्यापावनहर्त्रेव पितृभक्तो वरप्रदः ।  
जितेन्द्रियो जितक्रोधो जितलोभो जगद्गुरुः ॥  
ऋक्षवातरसंधाती चित्रकूटसमाश्रयः ।  
जयन्तत्राणवरदः सुमित्रापुत्रसेवितः ॥  
सर्वदेवाधिदेवश्च सृष्टवानरजीवनः ।  
मायामारीचहन्ता च महानागो महाभुजः ॥  
सर्वदेवस्तुतः सौम्यो ब्रह्मण्यो मुनिसत्तमः ।  
महायोगी महोदारः सुग्रीवस्थिरराज्यदः ॥  
सर्वपुण्याधिकफलः स्मृतसर्वाघनाशनः ।  
आदिपुरुषो महापुरुषः परमः पुरुषस्तथा ॥

• विष्णोरेकैकनामैव सर्वविदाधिकं महत् ।

तादृक्प्रथमसहस्रानि रामनामैव सर्वं महत् ॥

अपराः सर्वमन्त्राश्च सर्वविदाश्च सर्वानि ।

वस्मन् कोटिगुणं पुण्यं रामनामैव तन्मते ॥



महान् वेगी: ६५-महोदार:-पद्म उदार ६६-सुग्रीव-  
स्थिरराज्यद:-सुग्रीवको स्थिर राज्य प्रदान करनेवाले, ६७-  
सर्वपुण्याधिकफल:-समस्त पुण्योंसे अधिक फल देनेवाले,  
६८-समस्तसर्वाधनाशन:-सारण करनेवाले ही सम्पूर्ण  
सर्पोक्ष नाश करनेवाले, ६९-आदिपुरुष:-ब्रह्माजीको भी  
उत्पन्न करनेके कारण शकके आदिभूत अन्तर्वापी परमात्मा,  
७०-महापुरुष:-समस्त पुरुषोंमें प्रधान, ७१-परम:  
पुरुष:-पर्वोत्कृष्ट पुरुष, ७२-पुण्योदय:-पुण्यका उदय  
होनेपर प्राप्त होनेवाले, ७३-महासार:-महावली, ७४-  
पुराणपुरुषोत्तम:-पुराणप्रसिद्ध क्षर-अक्षर पुरुषोंमें श्रेष्ठ  
लीलपुरुषोत्तम, ७५-सिद्धवक्त्र:-जिनके मुखपर सदा  
मुसकानवी छया छापी पड़ती है, ऐसे, ७६-मितभावी-  
नवी-तुली बात कहनेवाले, ७७-पूर्वभावी-पूर्ववक्ता,  
७८-राज्य:-खकुलमें अस्तीर्ण, ७९-अनन्तगुण-  
शरीर:-अनन्त कल्याणमय गुणोंसे युक्त एवं गगनवीर,  
८०-क्षीरोदात्तगुणोत्तर:-धोरेवात नालकके लोकोत्तर  
गुणोंसे युक्त, ८१-आयामानुषधारिण:-अमनी मायका  
आश्रय लेकर मनुष्योंकी-सी लीलाएँ करनेवाले, ८२-सहस्रविधा-  
भिपूजित:-भगवान् शंकरके द्वारा निरन्तर पूजित, ८३-सेतु-  
गुरुपर पुत्र गौतमेवाले, ८४-जितशरीर:-समुद्रमें  
जीतनेवाले, ८५-सर्वतीर्थमय:-सर्वतीर्थस्वरूप, ८६-हृदि:-  
पाप-तापको हरनेवाले, ८७-इन्द्राङ्गक:-श्याम-विग्रहवाले,  
८८-सुन्दर:-परम मनोहर, ८९-शूर:-अनुपम शौर्यसे

सम्पन्न वीर, ९०-पीतवास्त्र:-पीतान्तरधापी, ९१-धनु-  
र्धर:-धनुष धारण करनेवाले, ९२-सर्वयज्ञाधिप:-सम्पूर्ण  
यज्ञोंके स्वामी, ९३-यज्ञ:-यज्ञस्वरूप, ९४-अरामरण-  
वर्जित:-नुदापा और मृत्युसे रहित । ९५-शिथिलिङ्ग-  
प्रतिष्ठाता:-परमेश्वर नामक ज्योतिर्लिंगकी स्थापना करनेवाले ।  
९६-सर्वाङ्गाण्यवर्जित:-समस्त पाप-राक्षसे रहित, ९७-  
परमात्म-परम भेद: नित्य शुद्ध-शुद्ध-शुक्लस्वभाव, ९८-परं  
ब्रह्म-सर्वोत्कृष्ट, सर्वव्यापी एवं सर्वाधिष्ठान परमेश्वर, ९९-सखि-  
दातृद्विप्रद:-छत्, चित् और मानन्द ही जिनके स्वरूपका  
निर्देश करानेवाले हैं, ऐसे परमात्मा, अथवा सखिदानन्दमय  
दिव्यविग्रहवाले, १००-परं ज्योति:-परम प्रकाशमय, परम  
शान्तमय, १०१-परं धाम-ज्योत्स्न तेज जयवा साकेतधाम-  
स्वरूप, १०२-परकाशा-त्रिप्राद्विभूतिमें स्थित परमज्योम  
नामक वैकुण्ठधामरूप, महाकायस्वरूप ब्रह्म, १०३-परात्-  
पर:-पर-हृन्निव, मन, बुद्धि आदिसे परे परमेश्वर,  
१०४-परेष्टा:-सर्वोत्कृष्ट शाश्वत, १०५-पारम:-सबको  
पार कमानेवाले अथवा मायामय अगाधो सीमासे बाहर  
रहनेवाले, १०६-पार:-सबसे परे विद्यमान, अथवा भव  
सागरसे पार जानेकी इच्छा रखनेवाले प्राणिमोंके प्राप्त्य  
परमात्मा, १०७-सर्वभूतात्मक:- सर्वभूतस्वरूप,  
१०८-शिख:-परम कल्याणमय-ये श्रीरामचन्द्रजीके एक  
छो भाठ नाम हैं । देखि । ये नाम गोपनीयसे भी गोपनीय हैं।  
किंतु स्नेहवश मैंने इन्हें तुम्हारे सामने प्रकाशित किया है ।

### राम जपु, राम जपु, राम जपु बावरे

राम जपु, राम जपु, राम जपु बावरे ।  
छोर अख-वीर-निधि नाम निज नाथ रे ॥ १ ॥  
एक ही साधन सब रिधि-खिधि नाथि रे ।  
मले फलि रोग अंग संजम जमाधि रे ॥ २ ॥  
अले जो है, जेज जो है, दाहिजो जो, याम रे ।  
राम-नाम ही सौ अंत सब ही जो फल रे ॥ ३ ॥  
जग बभ-बादिक रमा है फलि-फुलि रे ।  
घुआँ-केले धीरहर देखि तू न भुलि रे ॥ ४ ॥  
राम-नाम छाड़ि जो भरोसो करै और रे ।  
तुलसी परोसो त्यागि माँग करै और रे ॥ ५ ॥  
( विनयपत्रिका ६१ )